

# nijiiro

にじいろ

2014 SUMMER

2014年6月1日発行(年4回発行)

第17号



春のお花見イベント

Dr.コラムコーナー  
我、悩む、故に…!!

リレーマラソンに参加しました！

河野粕屋病院 看護部研修会

医療保護入院制度が  
変わりました

にじいろベーカリー  
夏のパン便り

クロスワードパズルで頭の体操！

# 春のお花見イベント



## 河野病院

平成26年3月24日(月) 河野病院  
デイケアで佐賀県小城市にある  
小城公園へお花見に行きました。  
開花宣言されたすぐ後だったの  
で全体的には2~3分咲き位で  
したが、早咲きの桜は満開を迎  
えておりとても綺麗でした。

小城公園では露天も沢山あり、自  
由時間は各自で公園内を散策し  
たり露天を回ったりするなど思  
い思いの時間を過ごすことが出  
きました。

天候にも恵まれ、無事にバスハイ  
クを終えることが出来ました。



## 河野名島病院

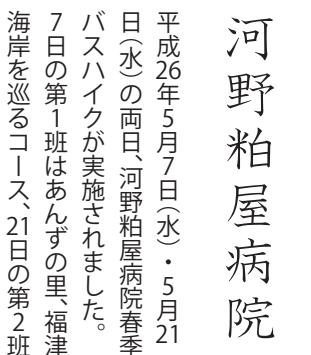


平成26年4月2日(水)・9日  
(水)にバスで宮地岳神社に向か  
い、花見を行いました。2日は  
1・2病棟、9日は3・4病棟  
で分けて行きました。2日は天  
氣が良く桜も満開で、風に乗っ  
て花吹雪が舞い、皆さん大変喜  
ばれた様子で、写真を撮ったり  
境内へ散歩したりと、各々の時  
間を楽しんでいらっしゃいまし  
た。

9日は週末に雨も挟み、今年の  
桜は開花から散るまでの期間が  
短かった為、桜はほとんど散っ  
てしまい、物足りなく感じる咲  
き方ではありましたが、それで  
天候に恵まれ、外で食べるお  
弁当を楽しまれていました。



## 河野柏屋病院



平成26年5月7日(水)・5月21  
日(水)の両日、河野柏屋病院春季  
バスハイクが実施されました。  
7日の第1班はあんずの里、福津  
海岸を巡るコース、21日の第2班  
は志賀島潮見公園、アイランド  
シティを巡るコースでした。

第1班の参加人数は14名、第2班  
も33名とたくさんの方々が参  
加されました。

両日とも天候も良く、患者様・同  
伴スタッフみんなでおいしく弁  
当を頂き、志賀島では玄界灘を一  
望でき、心地よい潮風のもと写真  
を撮ったり久しぶりの海を見て、  
患者様は満喫していました。その  
素晴らしい景色にバスの車内で  
は大きな歓声が聞かれ、車内での  
ビンゴゲーム大会も盛り上がり  
ました。また休憩を兼ねて立ち  
寄った道の駅『コスマス館』では、  
手作りパンやソフトクリーム等  
を購入され思い思いに買い物を  
され、楽しんでいました。



# 我、悩む、故に・・・II

## Drコラムコーナー 河野名島病院 井上先生

夏が来る！ 夏と言えば「水泳」。というわけで、今回、虹色夏号の原稿依頼が来たとき、今まで一度も書こうと思いつつ、2つ返事でこれを引き受けた。ところが、いざ書き始めようと思い、夏の水泳について思いをはせてみたが、これは、という内容が全くと言つていいほど浮かんでこない。なぜだろう？ … 考えてみた…。水泳と自分との関係は深く長い（と思っている）。自動車はもちろん、自転車の運転歴より、私の水泳歴は長いのである。物心についてから、現在まで、泳いだことのない夏シーズンなど無い、と断言できるし、泳ぎ込んでいない夏シーズンは、1浪をした夏と、研修医1年目の夏、そして自衛隊を退職し、F病院に入職した最初の夏だけである。それ以外は、幼少時期から小学校低学年まではスイミングスクールで、小学校高学年になると、スポーツ少年団、中学、高校、大学は水泳部で、大学卒業後は、自衛隊のプールで、そして民間に就職してからはスポーツクラブのプールで夏シーズン、あるいは1年中、泳ぎ続けてきた。夏シーズンに限れば、およそ、2分の1世紀近く泳ぎ続けてきた勘定になる（\*）。

それなのに、「夏の水泳」がピントがない…なぜだろう…そこで再び考えてみた。…

すると夏以外の季節なら、書ける！、ということはわかつた。ちょっとと書いてみよう。

「春の水泳」。思い出るのは、新緑もまだ早い頃、冬の間寝かせていたプールの掃除をした高校時代。冬の間はプールに魚を放しておいたため、ある程度水を抜いた後は、まずその魚たちの確保から。水苔でぬるぬるしているプール底で滑り、びしょびしょになりながらも魚を追い掛け回した思い出。更に、新緑が目立ち始めた頃、半袖ではまだ肌寒いのにも関わらず、プール練習が始まり、練習終了後、凍えきった体を温めるため、たつた一つしかない温水シャワーを部員同士で奪い合つた記憶、などなど。

「秋の水泳」、もう誰も泳ぎに来なくなつたプールで泳ぐ。泳ぎ続けていると少しづつ体が冷えてきて、プールサイドに上がると秋風が余計に寒さを感じさせ、今年のシーズンももう終わるだな、と感じた学生時代（少しばかりナルシシズム）。

「冬の水泳」。寒中水泳！。これほど、スリーリングで面白く、そして馬鹿げたスポーツ？ではないのではないだろうか。もう自分が参加しなくなつて10年以上がたつ。寒中水泳を思い出すたびに、あの頃自分は若かった、と感じる。

すると夏以外の季節なら、書ける！、ということはわかつた。ちょっとと書いてみよう。

「春の水泳」。思い出るのは、新緑もまだ早い頃、冬の間寝かせていたプールの掃除をした高校時代。冬の間はプールに魚を放しておいたため、ある程度水を抜いた後は、まずその魚たちの確保から。水苔でぬるぬるしているプール底で滑り、びしょびしょになりながらも魚を追い掛け回した思い出。更に、新緑が目立ち始めた頃、半袖ではまだ肌寒いのにも関わらず、プール練習が始まり、練習終了後、凍えきった体を温めるため、たつた一つしかない温水シャワーを部員同士で奪い合つた記憶、などなど。

すぐに、ぬるく体にまとわりつくようになる水。丸太のようにな重くなる両手両足。何度も呼吸しても楽にならない肺と心臓。そしてその割にはあまり報われなかつた大会結果（\*\*）。「夏の水泳」というと、苦しくそして少しばかり苦い思い出（決して嫌ではなかつたが）が中心になつてしまつ。でも、それならなぜ、今も続いているのだろうか。またまた考えてみた。

確かに、真夏など、すぐにぬるく感じ始め、時に不快になるが、それでも、あの水に入った瞬間の爽快感、陸上で決して味わうことのできない浮力感、羊水につつまれていた胎児の頃を彷彿させる安心感、そして何より、水を切つて進んでいる時の流麗感、これらが一体となつた快適感はくせになる。更には、足腰に負担のかからない、超お勧めの有酸素運動手段（ダイエット、生活習慣病予防には最適）。他

平成26年5月18日(日)、第15回グローバルアーナリレーマラソン(宗像市)に、職員でチームを結成し出場しました。チーム構成は、済世会グループ3病院の中で職種に関わらず勧誘をした、10人で1チームの構成です。今年で4回目の出場になります。

4月頃から大会に向けて合同練習を行つてきて迎えた本番当日、200チームを超える参加者に動搖しつつも、わくわくしながら心地よい春風のなか走りました。

実際2kmを一生懸命走ると滅茶苦茶きついです！でも、次の走者にタスキをつないだ瞬間は達成感でいっぱいです！

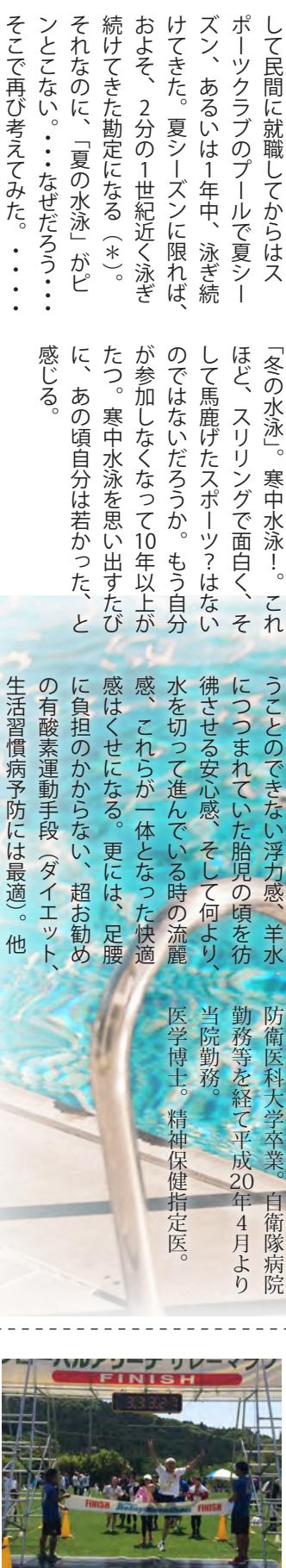
日頃あまり話す機会の少ない職員同士でも、完走という共通目標に向かつてタスキを繋いでいくと、自然と会話を弾んで楽しく走ることが出来、そして見事完走することが出来ました！

走り終わつた後の、冷たい素麺がまた格別でした！お茶とジュースで乾杯し、各自持ち寄つた素麺や、惣菜フルーツなどを食べながら、持ち寄つたベンチで歓談しました。

社会人になると、運動をする機会が減つてしまいますが、今回のような大会に皆で参加して、自分の出来る範囲で運動するということは、日頃の目標も出来ますし、運動すること自体が気持ちいいと感じました。これから季節、適度な運動は夏バテ予防にも効果的です。皆さんもこの夏、何か始めてみませんか？

井上雅之

防衛医科大学卒業。自衛隊病院勤務等を経て平成20年4月より当院勤務。  
医学博士。精神保健指定医。



# 医療保護入院制度が 変わりました

平成 26 年 4 月 1 日に精神保健福祉法が改正され、  
医療保護入院を中心に主に以下の制度が変わりました。

## ①保護者制度が廃止されました

これまでの、家族一人が特別に「保護者」とされる制度が廃止されました。

今後、医療保護入院の手続きでは、家族又は後見人・保佐人のいずれかが入院の同意をすることとなります。

## ②医療保護入院の方への退院支援が 制度化されました

退院支援の担当者（退院後生活環境相談員）が医療保護入院の方 1 人につき 1 人決められます。

退院後生活環境相談員にご相談いただければ、退院後に利用したい障害福祉サービスや介護サービスについて、地域の事業者（地域援助事業者）をご紹介します。

入院時に決めた入院期間が過ぎるときに、引き続き入院が必要かどうかや退院に向けての取組などについて、委員会（医療保護入院者退院支援委員会）で議論します。

※希望すれば、ご本人、ご家族の方などが委員会へ出席することができます。（ただし、場合により出席できない場合があります。）

詳しくは、退院後生活環境相談員（退院支援の担当者）  
又は病院の職員にお尋ね下さい。



春爛の4月16日、今年も糸島市休日夜間急患センター・センター長恒吉先生をお迎えし、医療従事者対象の救急蘇生法研修会を行いました。全職員、院長先生方も参加し、柏屋消防署職員3名のご協力のもと、救急蘇生法と、モニターを使用した胸骨圧迫法の実技を体験しました。先生の講義は解剖学的、病理生態学的根拠に基づく分かり易い有意義なご教授で、皆熱心に耳を傾けて実技に取り組んでいました。すべての部署から事故は出さない、起こさないを合言葉に、安心と安全の職場を目指します。

統括看護部長 今田年恵

河野病院 看護部  
藤井さんちの  
コロンくん

チワワ (6才)



性格は内気で、  
なかなか吠えないのですが、  
元気のピンポンがなると  
2~3回吠えるように  
なりました。



## 第十四弾

職員自慢のペット紹介コーナー第十四弾!  
今回は優しく内気なワンちゃんコロン君です～!  
寝顔がとっても可愛い! (〃ω〃)



孫からいつもしつぽを引っ張られても、  
吠えずに逃げ回ります。



娘が妊娠中に毎回  
コロンに産褥禱をしていたら、予定日に  
なんと2時間半のスピード出産でした(笑)



本当に可愛い  
我が家の一犬です!

# にじいろベーカリー 夏のパン便り



## …夏の新商品…



ランチ・フレンチ¥150  
フランスパンにベーコンとサラダをはさみ、  
ランチ風のフレンチトーストです。  
タマゴサラダとボテトサラダの  
2種類があります。



クッキーコロネ¥150  
クッキー入りクリームをつめた  
コロネです。  
いちご、コーヒー、チョコの3種類を  
お楽しみいただけます。



トマトとバジルのピザ¥150  
トマトとバジルのピザです。



米粉のれんこんパン¥140  
米粉の生地にれんこんを包み、  
ゴマをたっぷりふりかけて焼きました。  
米粉パンの風味ともっちり感、  
れんこんのシャキシャキ感が  
たまらない一品です。

## [イベント出店]



3月23日(日)臨海3Rステーションで開催された『元気フェスタ』に出店しました。当日はお天気も良く、たくさんの来場者で賑わいました。

8月24日(日)同イベントにも出店予定です。詳細はブログでご案内致します！



ベーカリーブログ

## ご案内

\*twitter & BLOG\*  
毎日twitterでパンやケーキ、お菓子の販売情報をつぶやいています。  
また、BLOGでは新商品、イベント出店などあらゆる情報をUPしております。ぜひ、ご覧ください。

## にじいろベーカリー

営業時間：10:00～18:00 定休日：土・日・祝日  
TEL・FAX：(092)672-2416  
twitter：2416\_bakery ブログ：<http://blog.2416bakery.com/>  
詳しい情報は裏表紙に記載

掲載の商品の他にも人気の定番商品はもちろんデザートもご用意しております。(日によってはご希望の商品がないこともあります)  
なお、ご予約も承っております。ご予約の際は、店頭あるいはTELでお問い合わせ下さい。

## クロスワードパズルで頭の体操！

最近、「ほら、あの人・・・名前が思い出せない」「あれよ、あれを買って来て」など、人や物の名前が思い出せない事が多くなって来ると感じる事、ありませんか？身体機能低下の防止のために適度な運動を行うように、脳も使う事で機能の低下を防ぐ事が出来ます。

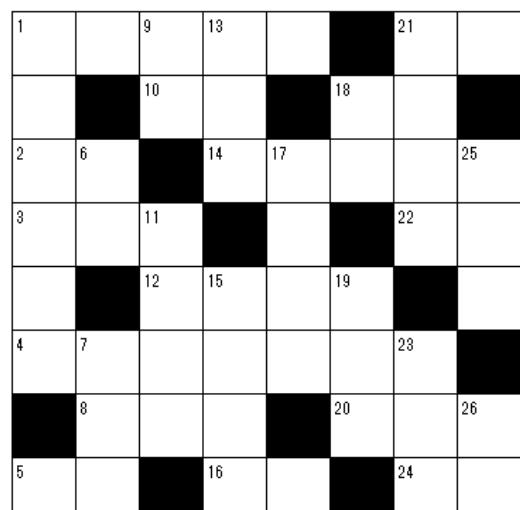
### 横のカギ

- ジ～、と鳴きます
- 蝶はこれが体の大部分を占めます
- 蜂の幼虫やイナゴの佃煮
- 蟻地獄が成虫になると
- 女王中心の社会性昆虫
- 他と重複しない
- 一、十、百、千の次
- 人生いろいろな〇〇〇〇が必要になります
- 夏に遊んで冬に苦労
- 捕まえたたら虫〇〇に入れておきましょう
- 1が活躍する季節
- 荷物を運ぶ車両
- これでやっと成虫になります
- 歯車
- 蟻は引っ越し会社、蜂はゲーム会社に使われています

### 縦のカギ

- きれいな羽を持つ大型の蝶
- 365日
- 犯人はこの中にいる
- リヤマとも呼ばれる高地の家畜
- 蜜を集めます
- 前半分
- ロボットによっていろいろなものが〇〇〇〇されました
- 海から陸への移動
- 風がやみ波がなくなった状態
- 昆虫のフェロモン、人間で言うと〇〇〇？
- 集中できない
- バッタは〇〇〇足が発達しています
- 5の住処
- トンボの前身

## テーマ：昆虫



※小さな文字(ツヤなど)は、大きい文字(ツヤなど)と  
それぞれ同じ数字になります。

\*解答は最終頁にあります

